



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

---

## KIYMALI KARALAHANA (SAMSUN)

1 demet karalohananın yapraklarını yıkayıp doğrayın. Kaynar suda haşlayıp suyunu süzün. 4 adet kuru soğanı kıyıp 3 çorba kaşığı tereyağında kavurun. 250 gr kıyma ve 2 çorba kaşığı salça ilave edin. Tuz ve 1 kahve fincanı yıkanmış pirinç ekleyip karıştırın. 1 kahve fincanı su ilavesiyle pişirip sıcak olarak servis yapın.

---